

未来のアスリート発掘事業 9期生

味の素ナショナルトレーニングセンター (NTC) 視察研修



- 1 実施日 平成27年3月1日(日)
- 2 場所 味の素ナショナルトレーニングセンター
東京都北区西が丘3-15-1
- 3 訪問者 未来のアスリート発掘事業9期生
50名(男子27名 女子23名)

4 日 程

7:48	JR 富山駅発
8:06	JR 魚津駅発
11:20	JR 赤羽駅着
11:50	味の素ナショナルトレーニングセンター着
12:00 ~12:20	オリエンテーション
12:20 ~13:45	トレーニングセンター施設見学
13:45 ~14:20	質疑応答・記念撮影
14:20 ~15:15	日本代表選手の食事メニュー実食体験
15:30	味の素ナショナルトレーニングセンター発
16:10	JR 赤羽駅発
19:30	JR 魚津駅着
19:44	JR 富山駅着

5 研修内容

- (1) アスリートの食事（実食）
- (2) 施設見学

6 概要

- (1) オリエンテーション



NTC スタッフ 工藤氏と中川氏



NTC 強化部 工藤氏からのオリエンテーション

- (2) NTCの活動概要説明（DVD視聴）



(3) 施設見学



JISS 地下 1 階にある 50m プール



常に心には、「センターポールに日の丸を！」



フェンシング練習場！「さっき、太田選手がいたのに」



バドミントン練習場「東京五輪では、大活躍確実」



バレーボール練習場！「タラフレックスという床」



バレーボールのブロックマシン



体操練習場！「男女全種目が一斉に実施可能」



「さっきまで白井君が練習してたよ」



バスケットボール練習場「こっちのゴールは国内用」



「緊張してたけど、シュート入った？」



ハンドボール練習場「あっちと床の色ちがうけど」



「将来の JAPAN？」



卓球練習場「エリートアカデミーの練習中！」



「スピード感あふれるラリー！」



レスリング練習場「たわむれる男子チーム」



レスリング練習場「ちょっと本気な女子チーム」



ボクシング練習場「サンドバックにパンチ」



ボクシング練習場「意外とリングって高い！」



真剣に話を聞き、メモを取る参加
児童。いつかは選手で来てほしいも
のです。

(4) 質疑応答



お忙しい中、わざわざ駆けつけてくださった福田富昭センター長から、お話を聞く、児童たち。



(5) アスリートの食事体験 (SAKURAダイニング)



(6) スタッフに対するお礼



参加児童を代表して小倉佳奈さんが、センタースタッフの工藤、中川両氏へお礼の挨拶をしました。

参加アスリート 9 期生児童の感想

ぼくは、味の素ナショナルトレーニングセンターを視察して、驚いたことがたくさんありました。まず一つは、各競技の設備が整っていることです。体操競技は、男女の全ての種目を同じ時間帯に一度に実施できるそうです。それだけの器具とスペースが確保されていることに驚きました。また、試合で使用する器具についても、国内の大会と国際的な大会では、器具メーカーが違ふことが多く、メーカーの違いによる微妙な変化にも対応し、力が発揮できるように数種類の器具が準備されていました。バドミントンの練習場では、無風での練習が、これまでの常識だったそうですが、昨年11月のアジア大会で問題になった「風の影響」の対策として、扇風機で風向きを変えて練習できるように、すぐに対応していたことにも驚きました。ほかにも、「食事」や「メンタル」の面でもサポートしてもらえる施設でした。

いつか、日本のトップ選手になって、自分の力でもう一度ここへ来ることを目標に競技を頑張りたいです。

寺井蓮太郎

今日の味の素ナショナルトレーニングセンターの視察で、二つのことを学びました。一つ目は、ここに来ることができる選手は、たくさんの努力をしていることです。体を鍛えたり、フォームを直したり、食生活を改善したり、数えきれない努力をしているからこそ、オリンピックのような大きな大会で活躍できるのだとわかりました。二つ目は、選手一人では、競技活動が成り立たないということです。コーチや栄養士、ナショナルトレーニングセンターのスタッフの方々など、たくさんの人たちが、いろんな分野でサポートしていることがわかりました。

私は、選手として、私を支えてくださる方々に感謝の気持ちを忘れず、自分にできる努力をしっかりと果たして、全力で競技を頑張ろうと思いました。

仲上 心

私は、味の素トレーニングセンターという、選ばれた人しか入ることのできない施設に行き、色々な体験ができたことを嬉しく思います。センターのスタッフの方々に、一つ一つのトレーニング施設をていねいに分かりやすく説明していただいたり、トップアスリートの過ごし方やトレーニング方法、どうしたらNTCを使える選手になれるかを教えていただいたりして、より一層トップアスリートを目指す想いが強くなりました。また、全国大会に出る選手と日本の代表選手との競技レベルには、大きな違いがあり、トップアスリートになるということの大変さも教えていただきました。しかし、だからこそ、そのレベルまで自分を高めてみたいという想いも増しました。

今できることに目標を立てて、着実にステップアップして、今度は「選手」としてNTCにいきたいです。私にとって、本当によい視察研修になりました。

中川 南英

私は、日本を代表して世界の桧舞台で、活躍する憧れのトップアスリートがトレーニングする施設とは、どんなところだろうとワクワクしていました。兄もとても羨ましがっていました。実際に行ってみると、とても大きな施設で驚きました。そして、体操競技の内村航平選手と白井健三選手に会うことができ、とても感動しました。私もこの味の素ナショナルトレーニングセンターでトレーニングすることを夢見て、努力していきたいと思いました。また、今回の参加者を代表して、お礼のあいさつができたことも、よい経験となりました。ありがとうございました。

小倉 佳奈

この視察を通して、多くのことを知ることができました。日本男子バレーボール選手のジャンプした最高到達点が357cmだということや、海外の選手は、日本の選手より約30cm高くとびあがるということを教えていただきました。その体力差をカバーするため、高感度カメラで、相手選手や相手チームを撮影し、弱点等を分析することで、戦術に活かしていることも知りました。日本の女子バレーボールは、こういう取り組みで強くなりオリンピックでメダルを獲得したことがわかりました。他のスポーツのことも視察し、詳しく教えていただいたのですが、ホッケー場も見かけたというのが本音です。いつか、味の素ナショナルトレーニングセンターでトレーニングできるように一步一步前進していきたいと想います。今日の視察は、一步一步前進することができたと実感できる貴重な体験になりました。

斉藤 容

私がまず驚いたことは、レスリング練習場です。世界中でも、一つの施設に6面ものコートがある国は、ドイツと日本の2カ国だけだと聞いて、また驚きました。特に驚いたのは、卓球練習場です。オリンピックや世界大会に向けて、壁の色や床の色、卓球台のメーカー等を調整していることです。壁の色は、福原愛選手が決めたということにも驚きました。卓球だけではなく、体操、バドミントン、バスケットボールなどにもメーカーの違う機器や床を数種類用意し、使い分けることで、微妙な感覚の違いにも対応していることにも驚きました。驚きの連続でしたが、バスケットボールの本当のアスリートとして、将来ここでトレーニングしたいです。

囲 優希

味の素ナショナルトレーニングセンターは素晴らしいところでした。各競技の練習場に、たくさんのカメラがあり、フォームをチェックしたり、動きを確認したりできるようになっていました。バドミントン練習場では、いろんな環境での試合を想定した扇風機での風対策など、悪条件でも対応できるように設備が整備されていました。サクラダイニングでは、アスリートの食事を体験しました。栄養素のバランスが取れていて、味、量、色合いなど全てが完璧でした。私はトッププレイヤーになって「いつか、この素晴らしい施設で練習して、強くなりたい!」と思いました。

大田 月葵

今回の視察はとても勉強になりました。トレーニングセンターの中は、とても広くて驚きました。私が一番興味をもったのは、バレーボールコートの造りです。競技していることを考え、コートとコートの間隔をあけた造りになっていました。本当に驚いた事は、男子の選手がジャンプしたら350cmの高さに手が届くということです。私もそんな風に高く跳んでみたいと思いました。バドミントンでは、わざと風を起こして練習していることにも驚きました。どの練習場も、その競技に必要な造りになっていて、素晴らしい環境だと思いました。私もこのようなところでトレーニングできるアスリートを目指していきたいと思います。

上田悠香子

今回、味の素ナショナルトレーニングセンターを視察して、いろいろなことを知り、本当に勉強になりました。カメラで動作を確認したり、数種類のメーカーの器具を準備し、使用感覚に慣れさせたり、風等に対応できるように環境に変化をさせたり、考えられる全ての条件を整備している施設だということが分かりました。また、世界で活躍する選手が共通に行うトレーニングは、ランニングと登り綱だということもわかりました。それと、トップアスリートは、夜10時には寝て、睡眠時間は8時間とるようにしているそうです。この視察を忘れず、今後も競技に取り組みたいと思います。

石川 創

私は今回の視察で、アスリートとして、将来への想いが高まりました。なぜかという、自分たちのプレイが思い切りできるコートがあり、食事やトレーニング機器、メンタルサポートなど、選手を全面的にサポートしていることを知ったからです。私が、味の素トレーニングセンターを利用し、将来へとつなげるには、もっともっと練習をして、今度は視察ではなく、プレイヤーとして来たいと思います。今日は、自分の夢へとつながる視察になり、将来を考えるよいチャンスになりました。本当に有り難うございました。

佐々木 思和

味の素トレーニングセンターは、一流アスリートの練習場とあって、「こだわり」というものを感じました。一つは「競技に対するこだわり」です。一流のアスリートは、試合の一瞬に全てをかけるために、いろんなことを想定し、こだわった練習をしているということです。もう一つは、「環境へのこだわり」です。体をつくり、調整する「食事」や心の状態を保つ「メンタル」にこだわりのある気配りや設備が整えてありました。僕も、この施設を利用して一瞬に情熱をかける選手になりたいです。

北村 英之

私は、味の素ナショナルトレーニングセンターで、いろんなことを学べてよかったと思います。「バドミントン会場は、本来無風だということ」や、「アジア大会では、そのバドミントン会場に風が吹いていて、日本選手が力を発揮できなかったこと」、「アジア大会後に、すぐに風対策の練習を始めたこと」、ボクシングの「リングの素材は、ジーンズのデニム生地だということ」など、普段は知ることのできないことをたくさん教えていただいて、とても勉強になりました。アスリートが食事をする「サクラダイニング」で、栄養バランスを考えて、自分でメニューを選ぶことも体験できて、本当によかったです。

松木 萌結

とても貴重な体験ができました。世界最大級のレスリング練習場に入れたり、柔道場で福田センター長さんと一緒に記念写真が撮れたりしたからです。卓球場では、世界大会で使用する卓球台やオリンピックで使われる卓球台など。数種類の卓球台が用意してあったり、カーペットや壁の色を世界大会と同じ色にそろえたり、細かいところにも気を使っているのがわかりました。バドミントンでは、風にまで気を使っていることに驚きました。僕も将来、味の素ナショナルトレーニングセンターに行けるようにがんばりたいです。

中野 海星



「福田富昭センター長を囲んで記念撮影」



「記念に頂いた特性キャップ(非売品)」

【参加児童名簿】

男子(27 名)	女子(23 名)
石川 創	石崎こはる
石坂 泰樹	石田 千晴
石橋 拓弥	板倉 彩
伊藤 大翔	岩村 梨夏
岩田 健吾	上田悠香子
岩本 兼伍	大井 月葵
金井蓮太郎	囲 優希
金山 大祐	黒田 頼那
岸 幸輝	坂下裕理奈
北村 英之	佐々木思和
小坪 哉斗	寺田 優月
斉藤 容	直井保乃花
佐伯 颯太	仲上 心
眞田 勝己	中川 南英
菅原 太一	沼田 風香
杉澤 光流	野村美由紀
清水 大翔	林 果音
高岡 日悠	松浦 愛佳
田中 暖空	松木 萌結
寺井蓮太郎	三木 瑠莉
得永 将翔	宮村 美葵
中島 滉介	吉田 沙妃
中野 海星	
永田 俊登	
橋本 凌	
船木 義忠	
山下 魁斗	

計 50 名